



45年の信頼と実績
高価買取・販売

**質タカハシ**

質預かりも  
お気軽に!

営業AM8:00~PM8:00  
休毎月8・17・18・28日

**☎41-3098**

市原市山木1147-4

## 科学ってこんなに面白い! 未知の世界を見つけに行こう

千葉市科学館



プラネタリウム

千葉市科学館(きぼー内7F~10F)は創設13年を迎えた現在、年間を通して新たな企画を打ち出し続けている。2007年10月に、千葉市民の科学教育の推進と向上を目的にオープンした同館の近年の来場者は、40万人を超えている。子どもから大人までと来場者の年齢層は幅広く、特に小学生の社会科見学として千葉市内をはじめ県内外の多くの学校に利用されている。また、館外への活動にも積極的に取り組み、市原市の姉崎産業祭など各地イベントへの参加や出張ワークショップを実施している。

### 興味を持つ 大切さ

同館は小学生だけではなく、中高生や大人に対しても日常の中にある科学を楽しんで欲しいと様々な企画を開催中。専門家の本格的な講演会や星空観察会など、好みの科学のテーマ内容に添った講座内容を選べるので、企画ごとのリピート率も高めた。同館事業課地域連携グループの松尾知(まつおとも)さんは、「開館の時に小学生でよく遊びに来てくれた子が、大学生になってボランティアやアルバイトで関わってくれているので時の流れを感じます。理系に進む子や、学ぶことを意欲的に楽しんでいる子も、とても多くありました。千葉県最大級のプラネタリウムは一千万を超える星を写しだせます。団体の

嬉しく思います」と笑顔で話した。

千葉市科学館といえは7Fの「プラネタリウム」という印象が強い人もいるのではないだろうか。その多彩なラインナップをあなどることなかれ。来館当日の空にある星や星座の見つけ方を生解説するプログラムをはじめ、『名探偵コナン』や『マン・ザ・スノーマン』などアニメーション番組。『フィールアロマ』という空を見ながら会場にアロマの香りが流れるという企画も。平日の『リフレクシユタイム』では、上映時間がお昼時ということもあり、近くの会社員の方たちに来ていただくことも多くありました。千葉県最大級のプラネタリウムは一千万を超える星を写しだせます。団体の

### 体験で触れる 魅力

それでは8F「ワンダータウン」のご案内。視覚や聴覚、脳を使って世界の不思議を探求するフロアだ。天井が斜めになっている『傾いた部屋』では、床に寝転がった状態で数十秒間天井を見つめた後、滑り落ちるような感覚が味わえる。「音や光の様々な体験ができますが、ここにはなぜそうなるのか理屈を説明するパネルがほぼありません。どうして?と自分で考えながら、スタッフに聞いてみてください」と、優しく話すのはボランティアの室谷定一さん。現在、同館に

用で訪れる際には、周囲が気にならないよう事前予約で貸切にすることも可能です。みなさんに楽しんでいただきたいと思います」と語るのは、総務課の武藤勇一朗さん。



スケルトンカー



傾いた部屋



(右から)室谷さん、松尾さん、武藤さん

## 安心価格のDAISHO

地元業者(市民葬指定ホール)

火葬式  
(直葬)

10万円より

市民葬  
(家族葬)

20万円より

総合葬祭式場

大翔ホール

〒290-0023 市原市慈社594-9  
☎0436-24-4242

古市場ホール

〒290-0008 市原市古市場436-1  
☎0436-41-4242

<http://www.gosougi.net>

## 便利屋

年中無休  
見積無料

門・庭・駐車場・ガーデニング・フェンス工事など  
直接施工で安心の低価格

★ブロック工事 ★大工工事(フローリング等)  
★引越しのお手伝い ★屋根刈り込み  
★草刈等 ★樹木・振根 ★アミド修理  
★不用品・粗大ゴミ等の処理 ★家具の移動  
★塗装一般 ★倉庫解体処分 ★ハチの巣駆除  
★エアコン取り付け・取り外し ★雨どい修理  
★エアコンクリーニング ★その他応相談

有限会社 ヨミコン

市原市島野478-9

☎0120-188980

TEL.0436-25-6613 FAX.0436-24-2318

永代供養型
樹木葬

子供世代に  
負担をかけたくない方へ

※このイラストはイメージです

1体あたり 75,000円~  
1区画 300,000円(4体まで納骨可能)

別途  
【管理費】30,000円 ※契約時にのみ  
【納骨供養料】20,000円 ※2回目以降の納骨時に都度

日蓮宗 圓光寺(あま茶寺) ☎0436-36-1834 市原市新堀1317-1  
ホームページ <http://amachadera.jp/tree-funeral/>

2020年 鯉徳特選  
ひな人形

5%還元

(一社)日本人形協会認定 節句人形アドバイザー在籍店  
株式会社 鯉徳  
<https://koitoku.com/>  
ネットショップからご購入できます。

市原市錦崎1808-3  
☎0436-62-4151  
■9:00~18:00  
■無料駐車場完備

不動産・事故現状車・  
10万km以上走行など  
値段付かないお車大歓迎!!  
高額買取

出張無料  
引取無料

面倒な書類の手続き不要!  
最低10,000円保障(※軽自動車は5,000円)  
出張無料査定致します

市原インター店  
☎0436(20)3900  
市原市村上2313-3 [営業時間]9:00~20:00 火曜定休  
最新の在庫情報は [ダイワオート](#) 検索、または [Go-net](#) [ダイワオート](#) 検索

やさしい[BOAT RACEのススメ]

BOAT RACEで「頭の体操」始めませんか?  
BOAT RACEは、6艇のボートが3周回って、1・2着を決めるレースです。  
BOAT RACEは、6艇のボートがゴールを争うレースです。この6艇という数は、公営競技の中で一番少ないんです。だから、予想がしやすい!当たる確率が高いんですね。  
1周回るといのは、奥と手前にある2つのターンマークを目印に、ボートがぐるっと回りますね。これを3周回って、勝敗を決めるのです。水上で熱いドラマを繰り広げるボートレース、その面白さを一緒に楽しんでみませんか?ボートレースを知り、勝敗を予想することは、頭の体操にもつながりますよ!

▶▶▶駐車場無料開放!◀◀◀  
ボートレースチケットショップ市原、一日最大8場発売!  
※近年の売場・客数急増に伴い、抽選の早い順で、余裕を持ってお楽しみください。

あおぞらマルシェ

毎月第一日曜日に開催する朝市!  
地域のお野菜やお魚など多数出店を予定しております。  
時間:9時~15時まで 駐車場無料!  
※各店舗、商品がなくなり次第閉店となります。

BOAT RACE 市原  
TICKET SHOP  
KEIRIN 市原  
00サテライト市原  
<http://www.bp-ichihara.com/>  
〒290-0066 千葉県市原市五所1966-1 10時開場  
国道16号線沿い市原警察署裏 大型駐車場完備!







行 告 白

有 料

1行24文字 2,400円(税別)

※掲載情報をご利用の際は、売買契約等、当事者間でよくお話し合いの上ご契約ください。取引について当社では一切責任を負えません

申し込み方法

◆発行日の2週間前までにご連絡ください。  
専用申込書をFAXまたは郵送でお送りします。

◆申込書に住所・氏名・TEL・広告文面など所定の内容を記入後、ご返送ください。  
追って掲載料金等を記載した受注書を発行します。

◆掲載料は前払いなので、受注書を確認されたらお振込下さい。掲載紙面は1部ご郵送します。

買 い ます

●ヤマハピアノ/高価 コンドー楽器 ☎0120-137-512

コミュニティひろば

無料

※掲載情報をご利用の際は、内容を当事者間でよくお話し合いの上ご利用ください。当社では一切責任を負えません

申し込み方法

※個人情報や呼びかけなどにご利用ください。  
※掲載のお申込みはシティライフHPなどで。  
<https://www.cl-shop.com/customer/>  
またはFAXか郵送、メールで [RI0436-21-9142](mailto:RI0436-21-9142)  
メール [kiji@cl-shop.com](mailto:kiji@cl-shop.com)

サークル

●ストレッチサークル (月)13～14時 姉崎公民館  
50代以上の女性が多く来ています 軽い運動がしたい方、ストレス解消がしたい方は是非 講師：塚元惇也(体育教員・アスレティックトレーナー・柔道整復師) 会費：1回500円 塚元 ☎080-6544-8421

●さわやか四季の歌 第3(木) 9時半～11時半 八幡公民館 月会費：500円 楽しい四季の歌、民謡、童謡等と、軽体操などで健康増進 ヒワタシ ☎090-8309-6483

●少年サッカー・市原ユナイテッドFC 毎(土)祝低学年9～12時、高学年13～16時 国分寺台東小学校ほか 年少組～小学6年、保育園児・女の子も大歓迎 月会費：1,500円～、兄弟割引もあり☎080-1023-7191 <http://ichiharaunited.web.fc2.com/>

●袖ヶ浦淡彩画・水彩 月2回・(金) 各1時間 長浦公民館 鉛筆を使用して淡い着色で描く絵画 お子さん、初心者の方、高齢者歓迎 入会金：1,000円、会費：子ども1回550円・大人1回1,000円 澤井 ☎0438-62-9732

イベント

●カフェもの忘れ・認知症対処教室&スマホ・パソコン相談会 1/11(土) 13時半～15時半 やさしい手京葉(若宮団地入口) 参加費：飲み物代300円 元もの忘れ外来担当者やケアマネが、もの忘れや認知症の本人・ご家族に対処法の紹介と相談に応じます 早期からの相談が大事です スマホ・パソコン等相談会も同時開催、困りごとのある方は機器持参でどうぞ NPO法人一歩一歩 ☎0436-74-3384

生徒募集

●ピアノ 漆田 ☎24-0833

●金プラチナ商品券 相場・額面の90～98%でてんとう虫 ☎0475-72-9400 大網店 水曜定休 0476-36-4388 富里店 043-310-5825 都賀店

●シッデン音楽教室 ピアノ、フルート、バイオリン、声楽 ☎24-0833

●寿苑新カラオケ広場 レッスン+唄い放題 13～17時、食事付1,500円 毎月末(金) 市原市不入斗(いりやます) 焼肉寿苑 ☎0436-66-1201・66-2941

営業案内

●ネズミ駆除 超プロが1回で完全駆除 被害はイエダニの発生 病原菌をまきちらす ★一戸建・アパートに限定 任せて安心 創業50年の信用 調査見積無料 田辺消毒防除センター ☎0436-25-2801

●ミシン修理承ります 90%は直ります 家庭用ミシンどこのメーカーでもOK 持ち込み修理OK 街のミシン屋いちばん館 ☎0436-20-3483

●ピアノのレンタル シッデン ☎24-0833

●シロアリ防除 シロアリは駆除から『予防』の時代

●新春盆栽展 1/11(土)～14(火) 永野園展示場(海士有木) 主催：友の会 ☎0436-36-1064

●5人写真展フォトもみの木 1/11(土)～2/7(金) 喫茶&福祉ショップもみの木(牛久) 日本各地の風景、祭り、花の写真20点 月1回入替え、随時展示 ☎080-5413-2266

●市原市養神館合気道連盟 鏡開き式 1/12(日) 14時45分～15時45分 若葉中学校 一年間の健康を祈願しての合気道の奉納演武とお汁粉会 見学無料 ☎0436-22-6001

●シニアの集い・銀の鈴 1/14(火) 10時半～ 五井ナザレン教会 参加無料 健康体操・ゲームと歌・脳トレ・交流など どなたでも ☎0436-21-0566

●ガイドヘルパー講座 1/18(土) 13時半～ 辰巳公民館 視覚障がい者の方からサポートの仕方を学ぶ 辰巳福祉ネットワーク・金子 ☎0436-74-7617

●初心者フラメンコ講座 1/18(土)18時半～20時半・T-FLAT(五井駅西口徒歩1分) 1/27(月)19～21時・紅茶の店ホワイトコスモス(市原市山田橋) 気軽にフラメンコを体験できる練習会 簡単な曲で初心者向け、年齢層も様々 持ち物：飲み物、動きやすい服装 会費無料(但し施設の使用料金および駐車場代等の経費負担有) 房総フラメンコプロジェクトちばもす事務局 ☎070-4286-3183

●社交ダンス 1/19(日) 13～14時50分 アネッサダンスシューズか上靴持参 参加費：300円 サクラダンスサークル 長尾 ☎090-2480-5880

●第1回清水寺坂登り・福男選手権 1/19(日) 受付エントリー：当日10時～、女性もOK 音羽山清水寺下駐車場(いすみ市岬町鴨根) 小雨決行・荒天中止 出走：小学生の部11時～、中学生の部11時半～、一般の部12時～ 参加無料 京都の清水寺、兵庫御嶽山清水寺とともに日本三清水として知られるお寺 境内の坂道約200メートルを走り、山門を抜けてゴール 1番～3番の到着で福男に 安全確保のため、サンダルなどの走りにくい履き物やコスプレ・被り物などの服装(危険と判断したもの)での参加は禁止 当日は屋台やフードコーナーも予定 ☎0470-87-3360

●新年あけまして・クリスマス?コンサート! 1/19(日) 14時開演 サンプラザ市原・ispace 入場無料 ぶろべら雑技団の新年最初のイベント ピアノ、リコーダー、歌、朗読など盛りだくさん かとう ☎0436-74-5527

●子ども食堂 1/22(木) 17時半～19時 市原めぐみの森キリスト教会(市原市国分寺台中央) 参加費：子ども100円、大人300円 メニューは韓国料理 子どもと子ども連れの家族対象 ☎0436-41-8211・080-4816-8211

坊さんの独り言

ほのほの法話 [233]

「この子はウンがつけません。何でも思ったままを話しちゃうんです」…障がいのある息子様をお持ちのお母さんがおっしゃいました。

普段、私達は思ったままを口に出さないようにします。口にすれば気まずい思いをすることを経験的に知っているからです。だから思ったことは全く違うことを言うのは日常茶飯事です。おべんちゃんとも言いますが、つまりは「平気でウンをつく」ということです。「健常者」は「スル賢い」のです。歳を重ねるうちに「両舌悪口妄言綺語」(二枚舌を

☆「初めて法話会」…18日(土)13時～今年こそ仏教に出遇ってみませんか? ○どなたでもお気軽にお参り下さい 御布施は喜捨(金額ご自由)です

浄土真宗 弘教寺もんしんと会館 市原市姉崎591-13 ☎0436-62-8789

弘教寺で検索

●辰巳写実会写真展 1/24(金)まで 辰巳公民館 心に残る感動の写真を展示 スマホ・携帯・コンデジで撮った写真も展示 毎月第4(土)に入替 入会歓迎 ☎0436-74-2256

●遊歩道・倒木整備、椎茸ホダ木づくり 1/25(日) 9～15時 集合：米沢の森(花立野広場) 台風渦として落葉樹の倒木が多い状況 その木をホダ木として椎茸づくりを 2/8の体験準備に倒木整備を実施 米沢の森を考える会・鶴岡 ☎080-5526-8133

●著者を囲む会・中島京子講演会 1/25(日) 14～15時半 長浦おかのうえ図書館 参加無料 独特のユーモアとペーソスあふれる作風で数々の名作を生みだし、「小さいうち」で直木賞を受賞 近刊「夢見る帝国図書館」で新しい境地を開いた著者が図書館とのかかわりや図書館に対する思いについて語る 著者の本の即売会、講演終了後サイン会も実施(1人1冊) 主催：袖ヶ浦市立図書館 要申込・先着120名 長浦おかのうえ図書館 ☎0438-64-1046

●蘇我享 1/26(日) 13～15時半 蘇我コミュニティセンター 参加費：500円 社会人寄席「蘇我享」は回を重ねて25回目 新年はどどんと落語三昧! みんなで笑ってハッピーな年初めを 蘇我初登場の寝床家道楽さん、ぜひ再来をとラブコールの多い女性囃家ばんばん亭遊月さんを迎え、お馴染み久寿里菊之助さん、百楽庵金一さん、めずらし家芝楽さんの5名の囃家による豪華寄席 落語通も、そうでないかたもたっぷり楽しめます ☎043-264-8331

●国産食肉料理講習会 1/29(木) 9時45分～12時45分 YOHUホール 参加無料 先着25名 講師：姥島香織 メニュー：肉々メンチ・豚肉のサンダーパンスープ 持ち物：エプロン・三角巾・布巾2～3枚・筆記用具 要申込 市原食肉事業協同組合 連絡は(月)～(金)9～16時・(土)12時まで (日)休み ☎0436-21-9100

●倉持光吉・房州浮書絵彫展 1/29(木)まで 10～17時 (月)休 ギャラリー和更堂(更級) 市内在住 孟宗竹に絵や書を彫って浮かす技法 浮世絵等の美人画、花鳥風月、書など約25点 ☎0436-98-5251

●青葉台ふれあいサロン1月作品展 1/31(金)まで 10～16時 (日)休 青葉台写真同好会作品展、姉崎子ども習字クラブ作品展、伊坂寿子絵画展、サロン絵手紙教室の皆さんの作品展 ☎080-4085-5977

●おもちゃとマンガの世界「ToyToyコレクション」 1/31(金)まで 10～16時半 (土)休 いちはら市民ネットワーク・アートギャラリー(国分寺台) ちはら台在住 昭和の懐かしいアニメキャラクターのフィギュア、おもちゃ、今では手に入らない漫画本や雑誌などの貴重なコレクション ☎0436-21-1907

坊さんの独り言

ほのほの法話 [233]

「この子はウンがつけません。何でも思ったままを話しちゃうんです」…障がいのある息子様をお持ちのお母さんがおっしゃいました。

普段、私達は思ったままを口に出さないようにします。口にすれば気まずい思いをすることを経験的に知っているからです。だから思ったことは全く違うことを言うのは日常茶飯事です。おべんちゃんとも言いますが、つまりは「平気でウンをつく」ということです。「健常者」は「スル賢い」のです。歳を重ねるうちに「両舌悪口妄言綺語」(二枚舌を

●食を通して外して外国文化を学ぶ・中国ハルビンの家庭料理 2/2(日) 9時半～14時半予定 YOHUホール 中国の家庭料理を習いながら楽しく交流 15名 参加費：800円(材料費) 要申込、1/23必着 FAX、メール、ハガキにて 氏名、住所、電話番号を明記し、〒290-8501 市原市国分寺台中央1-1-1 市原市役所 人権・国際課 市原市国際交流協会 FAX.0436-21-0332 メール：iia@city.ichihara.lg.jp/

●市民スケート大会 2/2(日) 10～15時 姉崎公園スケート場 参加費：500円 冬季の健康増進と体力向上を目的とした市民スケート大会 姉崎スケートリンクで転ばないで1周ほど滑ることが出来れば、誰でも参加OK 公式種目のスピード競技、一般種目のペアー競技、家族リレー、小学生団体リレーなどの競技があり、アトラクションも用意 申込書は姉崎公園スケート場内にて ☎080-6757-5691

●健康寿命を延ばす料理教室 2/5(木) 10～13時半 市原市南部保健福祉センター・なのはな館(市原市牛久) 参加費：700円 市原市内在住60歳以上の方対象 健康を保つための献立のポイントを学び、実際に調理、試食 持ち物：エプロン、三角巾、マスク 1/15・9時～窓口か電話で要申込 ☎0436-92-1481

●荒井恵子水墨画展・日々刻々 2/9(日)までの(金)休(日)休 11～17時 ギャラリー夢心坊(市原市皆吉) 西船橋在住、掛け軸を含め100種類の墨を使って描いた作品20点 ☎0436-92-1784

●特別展「クジラはアートだ!」 3/22(日)までの(金)休(月)に開館(臨時休館の場合もあり) 10～17時 白浜海洋美術館(南房総市白浜町) 一般500円、大高400円、中小200円 クジラを描いた浮世絵、日本画、絵巻やクジラ絵図、和本、各地の郷土玩具、世界の工芸品、子ども向け本、クジラの骨やヒゲを利用した生活用品やデザインされたグッズなど多数展示 ミュージアムガイドとつまみ食い：1/12(日)11時～当日受付20名・特別展を解説後クジラの干物(たれ)の試食・記念品もあり クジラのカタチのお皿をつくろう!：3/8(日)13時半～要事前申込15名・500円・場所は都美恵窯(つみえがま・南房総市)・クジラをかたどった世界にひとつだけのオリジナル皿を制作・作品は後日焼成して郵送 ☎0470-38-4551

★安全性・超低臭性でゴミブリにも効果抜群★

坪7,000円を42%OFF 坪4,000円 6300坪以上4割OFF

専門のしるしあり職士 5年保証

●「5年保証」は、専用プロが一回で完全駆除

◆「恐ろしい住まいの大敵シロアリ」

◆「任せて安心、創業50年、業界No.1の安さと技術でござ仕!!」 市原市君塚5-4-28 田辺消毒防除センター ☎0436-25-2801

お得な求人専用枠

あります。

8000円(市原版別)

からご利用になれます。

ヘルパーさん大募集

資格 初任者研修(ヘルパー2級)以上  
時給 時給1,300円～1,800円  
時間 7:00～20:00 週1日、30分～OK  
待遇 日給時給200円UP、交通費1km20円支給  
資格手当他、詳細は面談にて

勤務地 市原市内  
応募 お気軽にお電話ください

訪問介護事業所 こころヘルプステーション  
〒290-0014 市原市西野谷148-2-103号  
☎080-7498-4569(採用係)



洗車スタッフ 営業スタッフ募集

給与 洗車スタッフ 時給923円～  
営業スタッフ 25万円～

時間 9時～17時 応相談

休日 火曜日、その他

待遇 社保完備、交通費支給

応募 まずはお気軽にお電話ください。

ダイワオート 市原インター店  
市原市村上2313-3  
☎0436-20-3900

シティライフの求人コーナー

アルバイト・パート・正社員求人情報

◆1行 2,400円(税別)～ ◆1枠 8,000円(税別)～

●急募!市役所食堂パート 9～15時30分予定 時給930円 年末年始・夏期・仕(日)休 ☎22-1111

●工場勤務 見習い可 やる気ある方大歓迎 浜野近辺 日給11,000円～ 江澤 ☎070-1076-0284

●千種コミュニティセンター：締切1月18日(日) 【パート】一般受付事務・8時30分～17時15分 月11日程度シフト制・時給930円・有給あり 募集人数：若干名・簡単なエクセル操作・制服貸与 2月勤務可能な方・詳細は☎0436-26-1515

●パート・アルバイト募集 ボール回収 時給1,000円、AM4時半～6時半 アタックゴルフ市原 ☎0438-62-6172 受付(月)～ 藤成産業本社

●スタッフ募集 フロア係：17時～ 時給925円～ パスタ&イタリアン キャトル ☎0436-42-6474

●洗い場・接客ホール パート・アルバイト・フリーター募集 大学生・専門学校生・高校生・一般主婦 時給1,000円～1,500円・研修期間あり 週3～4日・シフト制 時間応相談 制服あり 日祝休 姉崎駅西口 すき焼き・しゃぶしゃぶ 宝や ☎0436-61-1975



韓食No.1  
Cafe i9 森 Bonjuk  
お粥とデザート専門店

【月～土】11:00～21:00/日曜定休日  
市原市国分寺台中央2-15-6 2F  
TEL:080-4816-8211

本紙持参で100円OFF  
※お粥とビビンバのみ

2020年1月

S	M	T	W	T	F	S
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

○ 無料体験レッスン開催日

都合にあう時間帯をお選びください。

①11:00～13:00  
②14:30～16:30  
③18:00～20:00

「いち溜」は東証一部上場の「一蔵」が運営する「きもの着方教室」です

きもの着方教室  
いち溜 アリオ市原校

市原市上級4-3-2 アリオ市原1階  
10:00～21:00 年中無休

QRコードまたはHPを検索  
いち溜 市原 検索

駐車場無料

# 1月生募集中

1月25日(土)より本講座スタート!!

1月から始めると、卒業式や入学式など、春の行事に着物姿でお出かけできます。

「いち溜」イメージモデルの藤田あかりさん

## 春に着物デビュー!!

手ぶらでらくらく通える「いち溜アリオ市原校」。現在資格取得コースに通う笹月さんは「日舞を始め、着付けも一から習いたいと、車で通いやすく、1回の授業料が500円で始めやすいいち溜市原校に決めました」とのこと。笹月さんに誘われた友人のたかさんも昨年入会し、同じ資格取得コース。「いち溜で学んで、どれだけキレイに素敵に着られるか分かりました。先生も一緒に」

のイベント「きものdeおかけ(自由参加、実費別途)」も、着物の歴史や立ち居振る舞いも学べ、いつも楽しみです」と話します。

授業は全10回5000円(税別)、さらに使う着物や帯小物一式は無料でレンタルでき、とてもリーズナブル。一般財団法人日本和装協会の認定資格取得制度もあり、趣味・教養から講師・着付け師などプロを目指す方にもオススメ。1月は無料体験レッスンで初級授業を体験できます。

まずはお電話ください  
◆お申込み・お問合せ シティライフをみたて電話  
**0120-993-811**

**早期入会特典**  
1月15日(水)までの入会お申し込みで  
通常入会金3,000円(税別)が**無料**に!

**ペア入会特典**  
ペアで同時入会の方限定  
それぞれに**QUOカード500円分**をご用意

## 2020上総国府のまち いちはら 更級日記 千年紀

### 出張文化体験プログラム「更級日記」衣装着装体験

2020年は名作古典文学「更級日記」の作者・菅原孝標女(幼少期を市原で過ごす)が市原から京の都へ旅立ってから千年紀を迎えます。更級日記の菅原孝標女の旅立ちシーンをイメージした「平安時代風衣装」の着装体験をしてみませんか?

体験 学校・企業・イベント主催者・旅行会社など  
体験者5～20名程度

出張場所 要相談

体験料 原則1名につき2000円～(千年紀特別料金)  
※別途交通費をいただく場合がございます

詳細 下記お問い合わせください

更級日記衣装着装体験のお問い合わせ・お申込  
**(一社)市原市観光協会** ☎0436-22-8355  
info@ichihara-kankou.or.jp

※日程等ご希望に添えない場合があります  
2020 上総国府のまち いちはら更級日記 千年紀プロモーションビデオ

## 参加者受付中! ニューヨークで日米高校生の交流会

### 英語で被災や復興などメッセージを発表

アメリカの北東部日本系人会やJTB基金など、語教師会では、3月末に開催する「春祭り」に合わせ、2012年から東日本大震災ほか、様々な災害などで被災した日本の高校生を10日間、ニューヨークに招待するプロジェクト「絆 KIZUNA - the bonds of friend ship」を行っています。

自然災害の脅威が、人々や地域にどれほど大きな影響を及ぼすか、高校生が実際に体験を通してメッセージを英語で発表すること、日米の生徒がともに学び、大切な文化交流を育成するのが目的です。

現在、この活動は国連国際学校でも報告され、日米系人会、招聘された学校などで行います。

今回は市原市を対象に参加者を募集。受付は1/20まで。被災や防災のほか、「再生可能な社会づくり」について、「今アメリカの高校生に伝えたいこと」という強いメッセージを持った高校生をお待ちしています。

日程: 3/15日本出発、同日NY到着、3/24 NY出発、25日本到着、3/19国連見学会の発表、3/23春祭り参加、ブリスでの発表、そのほか期間中にホームステイと学校訪問など

費用: 飛行機代、宿泊代は提供、参加者は旅行保険を必ず購入  
・選考: 災害復興について500字以上で書く。応募後に審査が行われ、結果を2/3、10頃に連絡。正式受諾書類などの書類提出を行う  
・その他: 学校を休むため、先生の推薦が必要  
側米国北東部日本語教師会・小出さん  
neeci@neeci.org  
http://neeci.org/

## いはら観光SNS特派員募集

【応募条件】①TwitterかInstagramのアカウントを保有し、申込時フォロワー数400名以上の方  
②市原市内の観光情報を自主的に取材可能な方

【スケジュール】(令和元年12月24日～2月3日) 公募  
(2月16日) 事業説明・グループインタビュー  
(3月1日～3月31日) 委嘱・SNS稼働期間

【応募要領】電子メールに下記必要事項を記載のうえ申込み  
(1)住所 (2)氏名 (3)性別 (4)年齢 (5)職業等 (6)電話番号  
(7)使用SNSについて(カテゴリ・申込時フォロワー数・URL)

※審査のうえ合格した場合に特派員の委嘱を決定いたします。 ※応募者が18歳以下の場合は保護者の同意を必要とすることとします。

問合せ 一般社団法人市原市観光協会 担当 阿部 TEL.0436-22-8355 / FAX.0436-23-1001  
お申込み先 e-mail entry@ichihara-kankou.or.jp ウェブサイト http://www.ichihara-kankou.or.jp/

## 今年は足元から健康に! 素敵な一年にしましょう!

靴購入でくじ引きなど楽しいイベントを開催中

冷え改善 筋肉を鍛える 血行促進 関節にやさしい

ラパーク ● プティック ● タイヨー電気 GS ●  
モノレール 千城台駅 ● 千城台南中 ● 千城興銀 ● 千城台南 ● 千城台南 ● 千城台南 ●  
卓球センター ● クリーニング店 ●

千城台南中学校通門前のクリーニング店から2軒目、住宅街の中  
※モノレールでお越しの方は、降りて右へお進みください。迷ったらお電話ください

**靴のファミリー ☎043-237-0271**  
千葉市若葉区千城台南1-3-10 (営)10:00～19:00 定休日:日曜日  
http://kutsu-family.com/

靴のファミリー 🔍 スマホ対応 クレジットカードもご利用できます。

「シティライフ見た」で2000円割引  
※パークインを除く

## 間違った「歩き方」が全身をゆがめています

### 靴を替えただけで姿勢・腰・膝が改善したと喜びの声が多数!!

あなたは毎日元気に歩いていますか? 膝や腰、首などが痛くて歩くのが辛い方、その原因、実は全身のバランスを取っている土台である足裏が大きく関係している事が多いのです。土台である足裏のバランスがおかしいと、知らず知らずのうちに痛みや原因を引き起こすしてしまうのです。そんな土台である足のバランスを整える為の靴選びには、熟練したシューフィッターによる、しっかりと足への計測が重要です。足のサイズや形はもうろく、痛む箇所を相談し、本当に自分の足に合った靴を履く事が健康への第一歩なのです。

あなたは毎日元気に歩いていますか? 膝や腰、首などが痛くて歩くのが辛い方、その原因、実は全身のバランスを取っている土台である足裏が大きく関係している事が多いのです。土台である足裏のバランスがおかしいと、知らず知らずのうちに痛みや原因を引き起こすしてしまうのです。そんな土台である足のバランスを整える為の靴選びには、熟練したシューフィッターによる、しっかりと足への計測が重要です。足のサイズや形はもうろく、痛む箇所を相談し、本当に自分の足に合った靴を履く事が健康への第一歩なのです。

あなたは毎日元気に歩いていますか? 膝や腰、首などが痛くて歩くのが辛い方、その原因、実は全身のバランスを取っている土台である足裏が大きく関係している事が多いのです。土台である足裏のバランスがおかしいと、知らず知らずのうちに痛みや原因を引き起こすしてしまうのです。そんな土台である足のバランスを整える為の靴選びには、熟練したシューフィッターによる、しっかりと足への計測が重要です。足のサイズや形はもうろく、痛む箇所を相談し、本当に自分の足に合った靴を履く事が健康への第一歩なのです。

**足と靴と健康のお悩み相談会**  
& ストレッチウォーカーお試し履き会

日程/1月21日(火) 後援: シティライフ株式会社  
時間/10:00～12:00 一緒に楽しく健康な生活を目指しませんか。  
場所/サンプラザ市原 7F 会議室 ※当日は靴の販売、施術はいたしません。

いままでに多く寄せられたご相談……

- 合う靴がない
- ひざ、腰に楽な靴が欲しい
- 立ち仕事を楽にしたい
- 姿勢を改善(猫背も含む)
- ウオノメ・タコ・足裏が痛い
- 外反母趾・偏平足

足の計測を無料でいたします

資格 シューフィッター  
生活習慣病予防指導士  
健康管理士上級指導員

飛込み可